

HARRAN ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ
BESLENME VE SAĞLIK DERS İZLENESİ

Dersin Adı	Kodu	Yarıyılı	T+U	Kredisi	AKTS
Beslenme ve Sağlık		Güz/Bahar	2-0	2	1
Ön Koşul Dersler					
Dersin Dili	Türkçe				
Dersin Türü	Seçmeli				
Dersin Koordinatörü					
Dersi Verenler					
Dersin Yardımcıları					
Dersin Amacı	Bu dersin amacı, öğrencilerin beslenme bilimi ve sağlık arasındaki ilişkiyi anlamalarını sağlamak, besinlerin vücut üzerindeki etkilerini öğrenmelerini sağlamak ve çeşitli hastalıklar için uygun beslenme stratejilerini belirleme becerilerini geliştirmektir. Bu ders, temel beslenme bilgilerini vererek, farklı besin gruplarının ve mikroorganizmaların sağlık üzerindeki rollerini öğretirken, aynı zamanda çeşitli sağlık durumlarında (örneğin, kanser, obezite, diyabet, nörolojik hastalıklar) beslenmenin önemini vurgulamayı hedefler. Öğrenciler, yaşamın farklı dönemlerinde (çocukluk, gebelik, yaşlılık) ve çeşitli sağlık durumlarında optimal beslenme uygulamalarını kavramaya yönelik bilgi ve yetkinlik kazanmalarını amaçlar.				
Dersin Öğrenme Çıktıları	Bu dersin sonunda öğrenci, 1. Beslenme bilimi ve sağlık arasındaki ilişkiyi açıklar. 2. Temel besin öğelerinin (karbonhidrat, yağ, protein, mineral, vitamin ve su) özelliklerini, sağlık üzerindeki etkilerini açıklar. 3. Besin güvenliği ve hijyenin sağlıktaki rolünü kavrar. 4. Hastalıklarda sağlıklı beslenme için temel bilgileri açıklar. 5. Malnütrisyon, beslenme bozuklukları ve hastalıklarla ilişkisini kavrar. 6. Yaşamın farklı dönemlerinde beslenme ihtiyaçlarını değerlendirir.				
Dersin İçeriği	Bu ders, beslenmenin temel prensiplerini ve besin öğelerinin insan sağlığı üzerindeki etkilerini inceleyerek, kanser, obezite, gastrointestinal sistem ve kalp-damar gibi çeşitli hastalıklar ve yaşam evrelerinde optimal beslenme stratejilerini öğretmeyi amaçlar. Ayrıca, fonksiyonel gıdalar, probiyotikler, prebiyotikler ve sinbiyotiklerin rolünü, malnütrisyon ve beslenme bozukluklarının önlenmesini de kapsamaktadır.				
Haftalar	Konular				
1	Beslenmeye giriş ve beslenme bilimi sağlık ilişkisi				
2	Karbonhidratlar-Proteinler- Lipidler				
3	Vitaminler ve mineraller				
4	Fonksiyonel gıdalar				
5	Probiyotik, prebiyotik ve sinbiyotik mikroorganizmalar				
6	Besin güvenliği ve hijyenin sağlıktaki rolü				
7	Malnütrisyon ve beslenme bozuklukları				
8	Kanser hastalarında beslenme				
9	Obesite ve diyabet hastalarında beslenme				
10	Gastrointestinal sistem hastalıklarında beslenme				
11	Nörolojik hastalıklarda beslenme				
12	Kalp damar hastalıklarında beslenme				
13	Yaşlılarda beslenme				
14	Çocuklarda ve gebelerde beslenme				
	Genel Yeterlilikler				

1. Öğrenciler, beslenmenin temel prensiplerini ve besin öğelerinin insan sağlığı üzerindeki etkilerini açıklar. 2. Karbonhidratlar, proteinler, lipidler, vitaminler ve mineraller gibi temel besin gruplarının yanı sıra fonksiyonel gıdaların sağlık üzerindeki etkilerini bilir. 3. Kanser, obezite, diyabet, gastrointestinal, nörolojik ve kalp damar hastalıkları gibi durumlar için uygun beslenme yaklaşımlarını belirleme ve uygulama yetkinliği kazanır. 4. Yaşlılık, çocukluk ve gebelik gibi yaşam evrelerinde değişen beslenme gereksinimlerini değerlendirir. 5. Malnütrisyon ve beslenme bozukluklarının nedenlerini ve bu durumları önlemek için gerekli beslenme stratejilerini açıklar.
Kaynaklar
1. Baysal A. (2014). Beslenme, Hatiboğlu Yayınları, 15. baskı. Ankara 2. Merdol K. (2015). Temel Beslenme ve Diyetetik. Güneş Tıp Kitabevleri, Ankara 3. Sağlık Bakanlığı, Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER), 2022 4. Yasin Ekti, Mehmet Gündüz, Can Özlü, Demet Çekdemir (2019), Klinisyenler için Beslenme, İstanbul Tıp Kitabevleri 5. Haydar Özpınar (2020). Beslenme ve Diyet, İstanbul Tıp Kitabevleri 6. Hasan Basri Savaş (2021). Temel Beslenme, İstanbul Tıp Kitabevleri
Değerlendirme Sistemi
Ara sınav: %40 Final: %60

PROGRAM ÖĞRENME ÇIKTILARI İLE DERS ÖĞRENİM KAZANIMLARI İLİŞKİ TABLOSU									
	PY1	PY2	PY3	PY4	PY5	PY6	PY7	PY8	PY9
ÖÇ1	2	2	2	2	1	1	2	2	1
ÖÇ2	2	2	2	2	1	1	2	2	1
ÖÇ3	2	2	2	2	1	1	2	2	1
ÖÇ4	2	2	2	2	1	1	2	2	1
ÖÇ5	2	2	2	2	1	1	2	2	1
ÖÇ6	2	2	2	2	1	1	2	2	1
	ÖÇ: Öğrenme Çıktıları PY: Program Çıktıları								
Katkı Düzeyi	1; Çok Düşük, 2; Düşük, 3; Orta, 4; Yüksek, 5; Çok Yüksek								

Program Çıktıları ve İlgili dersin ilişkisi									
	PY1	PY2	PY3	PY4	PY5	PY6	PY7	PY8	PY9
Beslenme ve Sağlık	2	2	2	2	1	1	2	2	1

Temel Program Kazanımları

- PY1: Organizmanın normal yapı ve fonksiyonlarını özetleyebilir.
- PY2: Hastalıkların patogenezi, klinik ve tanısal özelliklerini açıklayabilir.
- PY3: Hayatı tehdit eden acil hastalıkları tedavi edebilir ve gerektiğinde hasta transportunu sağlayabilir.
- PY4: Hastanın hikayesini alabilir ve genel-sistem bazlı fizik muayenelerini yapabilir.
- PY5: Hastalıkların tanı ve tedavisi için gerekli temel tıbbi girişimleri ve ilaç uygulamalarını uygulayabilir.
- PY6: Koruyucu hekimlik ve adli tıp uygulamalarını yerine getirebilir.
- PY7: Ulusal Sağlık Sistemi'nin yapılanması ve işleyişi hakkında genel bilgiler verebilir.
- PY8: Yasal sorumluluklarını sayabilir ve etik prensipleri tanımlayabilir.
- PY9: Toplumda sık görülen temel hastalıkların birinci basamak tedavilerini bilimsel verilere dayalı etkinliği yüksek yöntemlerle yapabilir.